|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| **14.08.2024** |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная « Рябчик | 180 | 6,21 | 5,28 | 32,79 | 203,0 | 0,49 | 46 |
| Бутерброд с вареной сгущенкой | 30/20 | 2,36 |  7,49 | 14,7 | 136,1 | 0,02 | 1 |
| Чай | 180 | - | - | 10,78 | 38,7 | - | 263/264 |
| Итого за прием пищи | **410** |  **10,67** | **14,67** | **58,37** | **402,6** | **0,51** | - |
|  Второй завтрак для детей 3-7 лет | Снежок | 120 | 5,4 | 5,0 | 21,6 | 158 | 10,0 | 368 |
| Итого за прием пищи | **120** | **5,4** | **5,0** | **21,6** | **158** | **10,0** | - |
| Обед для детей 3-7 лет | Салат овощной | 60 | 0,6 | 4,1 |  2,1 | 47,1 | 8,52 | - |
| Суп гречневый с курицей | 180 | 3,73 | 5,43 | 18,7 | 129,6 | 7,02 | 101 |
| Картофельное пюре |  130 |  3,4 |  4,69 |  27,6 |  152,5 | - |  152 |
| Рыба в сметанном соусе |  70 |  8,54 |  4,55 |  38,6 |  96,74 |  0,2 |  - |
| Компот из сухофруктов |  180 | 0,43 | 0,01 | 21,42 | 81,0 | 0,36 | 241 |
| Хлеб ржано-пшеничный |  50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 89,5 | - | 123 |
| Итого за прием пищи |  **670** | **25,0** | **24,3** | **137,12** | **596,44** | **16,1** | - |
| Усиленный полдник для детей 3-7 лет | Ленивые голубцы | 180 | 13,5 | 16,9 | 11,6 | 253,0 | 7,2 | 151 |
| Чай с сахаром |  180 | - | - | 10,78 | 38,7 |  - |  263 |
|  | Хлеб | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 53,7 |  | 123 |
| Итого за день: | **390** | **15,48** | **17,26** | **32,4** | **345,4** | **7,2** | **-** |
|  |  | **51,19** | **55,71** | **237,69** | **1502,3** | **33,84** | **-** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | N рецептуры |
| Б | Ж | У |
| **14.08.2024** |
| Завтрак для детей 2-3 лет | Каша молочная РЯБЧИК | 150 | 4,67 | 4,86 | 25,83 | 166,0 | 0,49 | 46 |
| Бутерброд с вареной сгущенкой | 25/15 | 2,46 | 0,25 | 21,05 | 97,6 | 0,1 | 1 |
| Чай | 150 |  |  | 8,98 | 32,25 |  | 263 |
| Итого за прием пищи | **340** | **9,23** | **7,01** | **55,96** | **320,65** | **0,59** | - |
| Второй завтрак для детей 2-3 года | Снежок | 80 | 4,05 | 3,75 | 16,9 | 118,5 | 0,24 | 368 |
| Итого за прием пищи: | **80** | **4,05** | **3,75** | **16,9** | **118,5** | **0,24** | - |
| Обед для детей 2-3 лет | Салат овощной | 40 | 0,4 | 2,7 | 1,4 | 31,4 | 5,68 | 11 |
| Суп гречневый с курицей | 150 | 3,11 | 4,52 | 14,75 | 108,0 | 5,85 | 101 |
| Картофельное пюре | 110 | 2,62 | 3,61 |  21,2 | 117,3 | 2,57 | 152 |
| Рыба в сметанном соусе | 60 | 6,1 | 3,25 |  27,6 | 69,1 | 0,2 |  |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,36 | 0,01 | 17,85 | 67,50 | 0,30 | 241 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 71,6 | 0 | 123 |
| Итого за прием пищи: |  **550** | **15,23** | **14,57** | **96,16** | **464,9** | **14,6** | - |
| Усиленный полдник для детей 2-3 года | Ленивые голубцы | 130 | 9,75 | 12,28 | 8,37 |  182,6 | 6,24 | 151 |
| Чай с сахаром | 150 |  |  | 8,97 | 32,25 |  | 263 |
| Хлеб | 20 | 1.33 | 0,24 |  6,68 | 35,8 |  | 123 |
| Итого за день: | **320** | **11,08** | **12,52** | **24,02** | **250,65** | **6,34** | **-** |
|  |  | **53,44** | **37,5** | **193,04** | **1151,7** | **21,53** | **-** |